।। ओ३म् ।।

आर्य सत्संग गुटका

सन्ध्या, प्रार्थना, स्वस्तिवाचन, शान्तिकरण, प्रधान हवन, संगठनसूक्त, आर्यसमाज के नियम एवं मनोहारी भजन

(सार्वदेशिक धर्मार्य सभा से स्वीकृत पद्धति के आधार पर)

विजयकुमार गोविन्दराम हासानन्द

4408, नई सड़क, दिल्ली–110006 दूरभाष : 23977216

स्थापित 1925 वैदिक–ज्ञान–प्रकाश का गरिमापूर्ण 90वाँ वर्ष (1925–2015)

संस्करण : 2018 मूल्य : 25.00 रुपये

॥ ओ३म् ॥

(१) ब्रह्मयज्ञ : वैदिक सन्ध्या

पहले जलादि से बाह्य शुद्धि, फिर राग-द्वेषादि के त्याग से भीतर की शुद्धि करनी चाहिए। तत्पश्चात् कुशा या हाथ से मार्जन करें। फिर कम-से-कम तीन प्राणायाम करें। पश्चात् 'गायत्री मन्त्र' से शिखा को बाँधकर रक्षा करें।

ओम्। भूर्भुवः स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥

अथाचमनमन्त्रः

ओं शन्नो देवीरभिष्टयऽआपो भवन्तु पीतये। शंयोरभिस्रवन्तु नः॥ —यजुः० ३६।१२

सर्वव्यापक, सबका प्रकाशक और सबको आनन्द देनेवाला परमेश्वर मनोवाञ्छित सुख और पूर्णानन्द की प्राप्ति के लिए हमारा कल्याण करे तथा हमपर सुख की सर्वदा वृष्टि करे।

अथेन्द्रियस्पर्शमन्त्राः

पात्र में से बाएँ हाथ में जल लेकर दाहिने हाथ की मध्यमा और अनामिका अङ्गुलियों से स्पर्श करके प्रथम दक्षिण और पश्चात् वामपार्श्व में निम्न मन्त्रों से स्पर्श करें।

ओं वाक् वाक्। ओं प्राणः प्राणः। ओं चक्षुश्चक्षुः। ओं श्रोत्रं श्रोत्रम्। ओं नाभिः। ओं हृदयम्। ओं कण्ठः। ओं शिरः। ओं बाहुभ्यां यशोबलम्। ओं करतलकरपृष्ठे।

इन मन्त्रों से ईश्वर की प्रार्थनापूर्वक क्रमशः मुख, नासिका, नेत्र, श्रोत्र (कान), नाभि, हृदय, कण्ठ, सिर तथा भुजाओं के मूल स्कन्ध और दोनों हाथों के ऊपर-तले स्पर्श करें। इसका अभिप्राय यह है कि ईश्वर की कृपा से हमारी ये सब ज्ञानेन्द्रियाँ और कर्मेन्द्रियाँ यश और बल से युक्त हों।

अथेश्वरप्रार्थनापूर्वकमार्जनमन्त्राः

अब बाएँ हाथ में जल लेकर मध्यमा और अनामिका अङ्गुली के अग्रभाग से नेत्रादि अङ्गों पर जल छिड़कें। जो आलस्य न हो और जल प्राप्त न हो तो न छिड़कें।

ओं भूः पुनातु शिरसि। ओं भुवः पुनातु नेत्रयोः। ओं स्वः पुनातु कण्ठे। ओं महः पुनातु हृदये। ओं जनः पुनातु नाभ्याम्। ओं तपः पुनातु पादयोः। ओं सत्यं पुनातु पुनश्शिरसि। ओं खम्ब्रह्म पुनातु सर्वत्र।

प्राणों से भी प्रिय परमात्मा सिर में पवित्रता करे। दुःख-विनाशक परमात्मा आँखों में पवित्रता करे। सदा आनन्दमय और सबको आनन्द देनेवाला परमात्मा कण्ठ में पवित्रता करे। सबसे महान् और सबका पूज्य परमात्मा हृदय में पवित्रता करे। सर्वजगत् उत्पादक परमात्मा नाभि में पवित्रता करे। दुष्टों को सन्ताप देनेवाला परमात्मा पैरों में पवित्रता करे, सत्यस्वरूप अविनाशी परमात्मा पुनः सिर में पवित्रता करे। सर्वव्यापक, सर्वतोमहान् परमात्मा शरीर के सब अङ्गों में पवित्रता करे।

प्राणायाममन्त्राः

पुनः शास्त्रोक्त रीति से प्राणायाम[१] की क्रिया करता जावे और नीचे लिखे मन्त्रों का जप भी करता जावे। इस रीति से

१. प्राणायाम के लिए सत्यार्थप्रकाश का तृतीय समुल्लास देखिए।

कम-से-कम तीन और अधिक-से-अधिक २१ प्राणायाम करे।

ओं भूः। ओं भुवः। ओं स्वः। ओं महः। ओं जनः। ओं तपः। ओं सत्यम्॥ —तैत्ति० प्र० १०।२७

हे परमपिता परमात्मन्! आप प्राणों से प्रिय, दुःख-विनाशक और सुखप्रदाता, आनन्दमय और आनन्ददाता, सर्वतो-महान् सकल जगत् के उत्पत्तिकर्त्ता, दुष्टों को दण्ड देनेवाले, सदा एकरस, अखण्ड, अविनाशी और अपरिवर्तनशील हो।

इस प्रकार ईश्वर के गुणों का स्मरण करते हुए उसमें अपने-आपको मग्न करके अत्यन्त आनन्दित होना चाहिए।

अथाघमर्षणमन्त्राः

तत्पश्चात् सृष्टिकर्त्ता परमेश्वर और सृष्टिक्रम का विचार नीचे लिखे मन्त्रों से करें और जगदीश्वर को सर्वव्यापक, न्यायकारी, सर्वत्र, सर्वदा सब जीवों के कर्मों के द्रष्टा को निश्चित मानके पाप की ओर अपने आत्मा और मन को कभी न जाने दें, किन्तु सदा धर्मयुक्त कर्मों का वर्त्तमान रक्खें।

—संस्कारविधि

ओम् ऋतं च सत्यं चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत।
ततो रात्र्यजायत ततः समुद्रोऽअर्णवः॥ १॥
समुद्रादर्णवादधि संवत्सरोऽअजायत।
अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी॥ २॥
सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत्।
दिवं च पृथिवीं चान्तरिक्षमथो स्वः॥ ३॥

—ऋ० १०।१९०।१-३

सर्वत्र प्रकाशमान ईश्वर के अनन्त सामर्थ्य से वेदविद्या और त्रिगुणात्मक प्रकृति उत्पन्न हुई। उसी परमात्मा के सामर्थ्य से प्रलय उत्पन्न हुआ और उसी परमात्मा से महासमुद्र उत्पन्न हुए॥ १ ॥

सारे ब्रह्माण्ड को सहज ही में अपने वश में रखनेवाले परमेश्वर ने समुद्र की उत्पत्ति के पश्चात् संवत्सर=वर्ष और फिर इनके विभाग, दिन, रात, क्षण, मुहूर्त्त आदि को रचा॥ २ ॥

सब जगत् को धारण और पोषण करनेवाले परमात्मा ने जैसे पूर्व कल्प में सूर्य और चन्द्र रचे वैसे ही इस कल्प में भी रचे हैं। ठीक उसी प्रकार द्युलोक, पृथिवीलोक, अन्तरिक्ष और आकाश में जितने लोक हैं उनका निर्माण भी पूर्वकल्प के अनुसार ही किया है॥ ३ ॥

अथाचमनमन्त्रः

ओं शन्नो॑ दे॒वीर॒भिष्ट॑य॒ऽआपो॑ भवन्तु पी॒तये॑।
शँयोर॒भिस्र॑वन्तु नः॥ —यजुः० ३६।१२

इस मन्त्र से पुनः तीन आचमन करें। तदनन्तर गायत्र्यादि मन्त्रों के अर्थविचारपूर्वक परमेश्वर की स्तुति अर्थात् परमेश्वर के गुणों, और उपकारों का ध्यान कर पश्चात् प्रार्थना करें।

अथ मनसापरिक्रमा-मन्त्राः

निम्न मन्त्रों को पढ़ते जाना और अपने मन से चारों ओर बाहर-भीतर परमात्मा को पूर्ण जानकर निर्भय, निश्शङ्क, उत्साही, आनन्दित तथा पुरुषार्थी रहना—

ओम् । प्राची दिगग्निरधिपतिरसितो रक्षितादित्या इषवः । तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु । योऽ३स्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ १ ॥

दक्षिणा दिगिन्द्रोऽधिपतिस्तिरश्चिराजी रक्षिता पितर इषवः । तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु । योऽ३स्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ २ ॥

प्रतीची दिग्वरुणोऽधिपतिः पृदाकू रक्षितान्न-मिषवः । तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु । योऽ३स्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ ३ ॥

उदीची दिक् सोमोऽधिपतिः स्वजो रक्षिता-शनिरिषवः । तेभ्यो नमोऽधिपतभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु । योऽ३स्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ ४ ॥

ध्रुवा दिग्विष्णुरधिपतिः कल्माषग्रीवो रक्षिता वीरुध इषवः । तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु । योऽ३स्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ ५ ॥

ऊर्ध्वा दिग्बृहस्पतिरधिपतिः श्वित्रो रक्षिता वर्षमिषवः। तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योऽस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः ॥ ६ ॥ —अथर्व० ३।२७।१-६

पूर्वदिशा या सामने की ओर ज्ञानस्वरूप परमात्मा सब जगत् का स्वामी है। वह बन्धन-रहित भगवान् सब ओर से रक्षा करता है। सूर्य की किरणें उसके बाण अर्थात् रक्षा के साधन हैं। उन सबके गुणों के अधिपति ईश्वर के गुणों को हम लोग बारम्बार नमस्कार करते हैं। जो ईश्वर के गुण और ईश्वर के रचे पदार्थ जगत् की रक्षा करनेवाले हैं और पापियों को बाणों के समान पीड़ा देनेवाले हैं उनको हमारा नमस्कार हो। जो अज्ञान से हमारा द्वेष करता है और जिससे हम द्वेष करते हैं उन सबकी बुराई को उन बाण-रूपी मुख के बीच में दग्ध कर देते हैं॥ १ ॥

दक्षिण दिशा में सम्पूर्ण ऐश्वर्ययुक्त परमात्मा सब जगत् का स्वामी है। कीट-पतंग, वृश्चिक आदि से वह परमेश्वर रक्षा करनेवाला है। ज्ञानी लोग उसकी सृष्टि में बाण के सदृश हैं। उन सबके....इत्यादि पूर्ववत्॥ २ ॥

पश्चिम दिशा में वरुण सबसे उत्तम परमेश्वर सबका राजा है। वह बड़े-बड़े अजगर, सर्पादि विषधर प्राणियों से रक्षा करने-वाला है। पृथिव्यादि पदार्थ उसके बाण के सदृश हैं अर्थात् श्रेष्ठों की रक्षा और दुष्टों की ताड़ना के निमित्त हैं। उन सबके....इत्यादि पूर्ववत्॥ ३ ॥

उत्तर दिशा में सोम—शान्त्यादि गुणों से आनन्द प्रदान करनेवाला जगदीश्वर सब जगत् का राजा है। वह अजन्मा और अच्छी प्रकार रक्षा करनेवाला है। विद्युत् उसके बाण हैं। उन सबके....इत्यादि पूर्ववत्॥ ४ ॥

नीचे की दिशा में विष्णु—सर्वत्र व्यापक परमात्मा सब जगत् का राजा है। चित्रग्रीवा[1] वाला परमेश्वर सब प्रकार से रक्षा करता है। नाना प्रकार की वनस्पतियाँ उसके बाण के सदृश हैं। उन सबके....इत्यादि पूर्ववत्॥ ५॥

ऊपर की दिशा में बृहस्पति, वाणी, वेदशास्त्र और आकाश आदि बड़ी-बड़ी शक्तियों का स्वामी सबका अधिष्ठाता है। अपने शुद्ध ज्ञानमय स्वरूप से हमारा रक्षक है। वृष्टि उसके बाण-रूप अर्थात् रक्षा के साधन हैं। उन सबके....इत्यादि पूर्ववत्॥ ६॥

अथोपस्थानमन्त्राः

अब परमात्मा का उपस्थान अर्थात् परमेश्वर के निकट मैं और मेरे निकट परमात्मा है, ऐसी बुद्धि करके—

ओम्। उद्वयन्तमसस्परि स्वः पश्यन्त उत्तरम्।
देवन्देवत्रा सूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम्॥ १॥

—यजुः० ३५।१४

हे परमेश्वर! आप अन्धकार से पृथक् प्रकाशस्वरूप हैं। आप प्रलय के पश्चात् भी सदा विद्यमान रहते हैं। आप प्रकाशकों के प्रकाशक, चराचर के आत्मा और ज्ञानस्वरूप हैं। आपको सर्वश्रेष्ठ जानकर श्रद्धापूर्वक हम आपकी शरण में आये हैं। नाथ! अब हमारी रक्षा कीजिए।

उदु त्यं जातवेदसन्देवं वहन्ति केतवः।
दृशे विश्वाय सूर्यम्॥ २॥ —यजुः० ३३।३१

---

१. ईश्वर निराकार है। अथर्ववेद के अनुसार आलंकारिक भाषा में यह विराट् ब्रह्माण्ड उसका शरीर है, द्युलोक उसका मस्तक, भूमि उसके पैर और अन्तरिक्ष उसका धड़ है। भूमि पर उगनेवाले और अन्तरिक्ष में फैले नाना प्रकार के हरे वृक्ष मानो उसकी ग्रीवा हैं। (सम्पादक)

वेद की श्रुति और जगत् के नाना पदार्थ झण्डों के समान उस दिव्य गुणयुक्त, सर्वप्रकाशक, चराचर के आत्मा, वेदप्रकाशक भगवान् को विश्वविद्या की प्राप्ति के लिए उत्तम रीति से जनाते और प्राप्त कराते हैं।

चित्रन्देवानामुदगादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः। आप्रा द्यावापृथिवीऽअन्तरिक्षꣳ सूर्यऽआत्मा जगतस्तस्थुषश्च स्वाहा॥ ३॥ —यजुः० ७।४२

जो सब देवों में श्रेष्ठ और बलवान् है, जो सूर्यलोक, प्राण, अपान और अग्नि का भी प्रकाशक है, जो द्युलोक, अन्तरिक्ष और पृथिवीलोक में व्यापक है, जो जड़ और चेतन जगत् का आत्मा= जीवन है, वह चराचर जगत् का प्रकाशक परमात्मा हमारे हृदयों में सदा प्रकाशित रहे।

तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्। पश्येम शरदः शतञ्जीवेम शरदः शतꣳशृणुयाम शरदः शतम्प्रब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतम्भूयश्च शरदः शतात्॥ ४॥ —यजुः० ३६।२४

उस सबके द्रष्टा, धार्मिक विद्वानों के परमहितकारक, सृष्टि से पूर्व, पश्चात् और मध्य में सत्यस्वरूप से विद्यमान रहनेवाले और सर्व जगदुत्पादक ब्रह्म को सौ वर्ष तक देखें। उसके सहारे से सौ वर्ष तक जीयें। सौ वर्ष तक उसका ही गुण-गान सुनें। उसी ब्रह्म का सौ वर्ष तक उपदेश करें। उसी की कृपा से सौ वर्ष तक किसी के अधीन न रहें। उसी ईश्वर की आज्ञापालन और कृपा से सौ वर्ष के उपरान्त भी हम लोग देखें, जीवें, सुनें, सुनावें और स्वतन्त्र रहें।

अथ गायत्री-मन्त्रः

ओम्। भूर्भुवः स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥

—यजुः० ३६।३

सच्चिदानन्द, सकल जगदुत्पादक, प्रकाशकों के प्रकाशक, परमात्मा के सर्वश्रेष्ठ, पापनाशक तेज का हम ध्यान करते हैं। वह परमेश्वर हमारी बुद्धि और कर्मों को उत्तम प्रेरणा करे अर्थात् बुरे कर्मों से छुड़ाकर अच्छे कामों में प्रवृत्त करे।

अथ समर्पणम्

हे ईश्वर दयानिधे! भवत्कृपयानेन जपोपासनादिकर्मणा धर्मार्थकाममोक्षाणां सद्यः सिद्धिर्भवेन्नः।

नमस्कार-मन्त्रः

ओं नमः शम्भवाय च मयोभवाय च
नमः शङ्कराय च मयस्कराय च
नमः शिवाय च शिवतराय च॥

—यजुः० १६।४१

जो सुखस्वरूप और संसार के उत्तम सुखों को देनेवाला, कल्याण का कर्त्ता, मोक्षरूप और धर्म के कामों को ही करनेवाला, अपने भक्तों को धर्म के कामों में युक्त करनेवाला, अत्यन्त मङ्गलरूप और धार्मिक मनुष्यों को मोक्ष देनेहारा है उसको हमारा बारम्बार नमस्कार हो।

इति सन्ध्योपासनविधिः